

出版日期

三十三年六月九日

武漢青年協會

主編

定價

半年一元

全年八元八角

青島週報

第十六期

中國中央圖書館
附一
白雲洲閱覽處

中國中央圖書館
章之書

葉君鳴

國民教育的方針如何，有影響於一個國家的進展與衰退，這是一個千古不易的定律。自從希特勒施行復興意志志的公民教育以來，德國的青年，就因此而堅強起來，以致造成今日強盛的意志志，這完全是教育者優良的功績而奠定了德國復興的基礎緣故。

過去的中日兩國，因為白色帝國主義侵略勢力的猖獗，使本來都是兄弟之邦的關係，却無法連繫在一起，彼此間不但不相協調，而且兩方面都有隔膜的發展，兩國國民，不是思想相反，就是心理上的不調和，中國人說日本是侵華侮華，而日本人則說中國人是抗日排日，相互間缺乏好感，印象至為惡劣。其實這完全是為了教育制度的未臻改善所致，在中國的學校裏，教師憑着偏面的錯誤觀念，把英美帝國主義侵略中國權益的罪孽遮蓋起來，反而強調日本與中國為敵的故事，去向學生們灌輸一種抗

日的教育，而日本的學校裏，雖然沒有怎樣侵略中國教育的灌輸，但親善鄰邦中國的教育，却付缺如，這樣的教育，對中國，對東亞，都是不利的。

這次盧溝橋的烽火，引起了整個東亞局勢的不安。四年來兩國作戰人員死傷無數，生靈塗炭，真是民不聊生，欲謀此事變的解決，是和英美帝國主義的侵略勢力，持有不可分離的聯繫性的，英美帝國主義的勢力，一天不能從東亞領域驅逐殆盡，東亞民族就一天不得解放，因為造成今日混亂局勢戕害民衆的戰爭，完全是英美的禍首底作祟，我們欲謀這次事變的收拾，根本問題還在於必須將英美勢力全部推翻，然後，再謀中日兩國的精誠團結，使中日兩國人民，對東亞新秩序的建設，有偉大力量的貢獻。

上述中日兩國精誠團結的課題，就在於「善鄰教育」的灌輸——必須使二國

南京圖書

東亞聯盟與

青年應有之認識和努力

之 俊

東亞的兩大民族，從苦痛的經驗中發現了「中日應該為友，不應該為敵」的明燈，隨着這明燈的指示，就由殘酷的戰爭而趨向親善的和平，更由和平而進謀東亞民族的團結；和平是東亞民族團結的先聲，東亞民族團結正是和平偉大的目標，爲了要早日達到這目標，爲了要減短它的歷程，偉大的東亞聯盟運動，就在中日兩國高瞻遠矚之士誠摯的討論下產生了。

那末，東亞聯盟是什麼呢？簡單的說，就是東亞新秩序更具體的名詞。其本質是政治獨立，經濟合作，軍事同盟，文化溝通，這無論是從字面上或蘊藏

的內義上說，無疑的是平等的王道的，這是我們無可否認的。然而也有不少的人這樣懷疑着：「以爲東亞聯盟是中日兩國當局，爲了各自一時的便宜。用而作爲解決當前事變的一種權謀策數的手段」，這未免太有點過慮了，但是我們要曉得，東亞聯盟的結成，絕不像美洲的「汎美聯盟」那樣，是由一個盟主來操縱，亦不是其中某一國的消極的屈伏，更不是暫時的一種權謀策數的手段，實爲時代潮流所趨，中日共同必然之要求。

東亞聯盟，從任何方面來說，都有它非常的重要性；（一）在國際方面，我們曉得現在世界各國，如德國有德國的聯盟，英國有英國的聯盟，美國有美

國民都能够相互相諒，相親相愛，才能精誠團結，密切合作，不然，無論「提携」的名義怎麼好聽，也只是表面化的粉飾而已。

今日阻止我們中國的發展與復興的最大敵人是英美，而不是日本。至於今日惟一能幫助中國強盛與獨立生存的與國是日本而不是英美。這一個「友」與「敵」的分野，是需要給全國人民大衆明確認清的。所以這次在中央政府統治下的南京，所舉行的首屆全國宣傳會議，由中華日報館代表提出「加強善鄰教育宣傳，以促進東亞民族親善關係」的議案一件，並擬定理由書詳細說明善鄰教育的重要性。

在這理由書上，明確指出如何強化善鄰教育的推進方策，對於中國的教育當局，應將過去排日抗日思想的教育，本罪己的精神，消除殆盡，尤須重新樹立以善鄰友好爲方針之教育，喚起一般

國的聯盟，整個的世界情勢，已由一國的單獨行動，進而為數國的聯盟行動了。而英美德都是強盛的國家，爲了增加自己的實力，當有聯盟之組織，況我何受侵略之東亞各國呢？尤其是淪爲半殖民地的我們中國，又處在世界烽火瀰漫的環境下，應速與同文同種的日本，以及其他東亞各國，精誠的結成聯盟，共同合作，以抵抗西歐帝國主義的侵略，這樣，不但中國可以擺脫殖民地的壓迫，東亞也可以復興。(二)民族解放方面；如果要談到東亞民族解放，就非從東亞聯盟做起不可，這話是怎麼說呢？因爲日本在東亞聯盟運動中的任務，是援助東亞各弱小民族的獨立生存，協助東亞各民族解脫世界帝國主義者的桎梏，使全東亞民族均能得到真正的獨立與自治。所以我們說，要談民族解放，就非實行東亞聯盟不可。不然東亞各民族，仍各沉淪於醉夢中，不各自謀解放的

方策，將來不獨僅爲西歐帝國主義的殖民地，受外人之宰割和壓迫而已，恐怕東亞要成爲非東亞人之東亞呢？(三)中日真正和平方面：中日的和平，不是一種口號，亦不是暫時的權謀策術！實是幾年來戰爭中覺悟和結晶，但是我們光是理論而不去腳踏實地的幹，是無補於實際的，怎樣腳踏實地的幹呢？就是實行東亞聯盟。所以，我們的領袖汪主席在中日調整國交基本條約簽字之日，對中外各報社記者發表談話之中說：「大亞洲主義是國父孫先生所提倡的，我們同志根據這種理想，對於建設東亞新秩序，斷其實現。最近更發展爲東亞聯盟運動，主張東亞各民族國家，在政治獨立，軍事同盟，經濟合作，文化溝通四個基本原则之下，結成同盟，以貢獻於東亞之永久和平，同時即貢獻於世界之永久和平」。具有超遠眼光，廣大見地的日首相近衛公的聲明，曾表明日本之

青年對於中日合作共保東亞之積極的精神。在日本當局，應令其國民放棄其優華侮華之傳統思想，而在教育上確立親善之方針，以奠定兩國永久和平之基礎。誰也不能否認這強化親善教育的重要性，只有兩國國民友好交誼的建立，那末才能加深愛中國愛日本愛東亞以共同爲大東亞共榮圈盡力的深念，東亞的全面和平實現之後，東亞各國間都得到統一的合理的發展，這時，整個東亞民族的解放，才能達到預期的目的了。

加強「親善教育」實在是當前教育界同人迫切的任務，這個神聖的使命，同表面化的宣傳工作是截然不同的，我們必須把中日兩國間的歷史以及其中經過的事變一直到现在血戰的發生，再說到迅即聯合一致，以抵禦外來襲擊的必要，根據實際狀況詳盡闡述，使學生們均能瞭然中日兩國是兄弟盟邦，理應相互尊重其國民政治生活的獨立與尊嚴，

真意，在中國的復興，以圖攜手共建東亞新秩序，爲了要實現日本的根本方策，所以日本有東亞聯盟協會之組織，中國亦有東亞聯盟協會之組織。

上面已說東亞聯盟之真諦和重要，現在再說到青年方面，青年是民族之中堅，國家的新生命線，無論什麼運動是離不開青年的，因爲青年是純真，活潑，迅速，激烈，任何運動無不是青年站

在最先鋒！現在的東亞聯盟運動也不能例外，將來光榮和平的實現，東亞建設的邁進，發揮創造權威，這都是要賴青年的努力，所以筆者在此希望青年諸君，首先對東亞聯盟運動要深刻的認識，應抓住東亞聯盟有政治指導理念，作最大之努力，同時更希望中日青年互相坦白而親切地攜起手來，以浩蕩之雄姿，向着東亞聯盟之前途猛邁！

美人如何虐待黑奴？

子旭

白種人一向是輕視黑人的，不但如此，而且把黑人簡直不當他爲「人」的看待，而稱他爲「黑奴」了，茲爲所述，全爲美人虐待黑奴的一般情形底記，在美國小說雜誌上刊登，原名爲「老湯姆的子孫」，內中包括四篇的中篇作品，這四篇的題目爲（一）大寶離家（二）河邊（三）長黑歌（四）火與雲等，都是黑人在被美人的強力的壓迫與酷虐的蹂躪下，所發出來的反抗的呼聲。原作者賴特，抱着人類的正義感，暴露這白種人把黑人看作連牛馬都不如的殘酷壓迫的現實，無怪引起了全美人士的注意。後來雖然有林肯解放黑奴運動，但今日的黑人，還是處於在美人的奴隸政策之下而不得反身。

而對友邦發生良好的友誼關係，由這良好友誼關係作出發點，纔能產生對友邦忠誠愛護對友邦熱忱建設的熱力；這樣，什麼事不可成？什麼功績不能建樹起來呢？親善教育的價值，實在是重大極了。

我們要求得整個東亞局面的永久安定，最重要的一點，就是實際從事於兩國國民思想上的融洽與一致，而以善教育，就是促進這一個原則的實現底最有力的方策。

親善教育，得到相當的效果以後，東亞民族自覺的意識，亦亦隨之而愈益高度化的發展。東亞人們可以集中雄偉的巨力，來將侵犯東亞權益的英美勢力驅逐出去，而創立東亞新秩序，達到「東亞是東亞人的東亞」的理想底實現。

這一篇記錄，多少終可以使不明瞭白種人是如何狠毒的人們，得以把這一隻戴着尾巴的狐狸認清，從此也可設想到中國的抗戰，如果要依存英美的勢力，那末抗戰的前途，該是怎樣的景不住了！

編者

大寶是一個活潑天真的黑童，長得頗

有股蠻勁。那天他同着三個愛淘氣的小

黑朋友，逃了學跑到郊外去玩。他們在

美麗的光天下跑跳玩笑，唱歌，擲打，

用手攀着綠葉，赤腳踏在暖和的泥土上

，充分流露着黑人愛自然，愛自由，愛

音樂的天性。一會兒有人提議到小池塘

裡泗水去！大寶雖然想到這池塘是白人

的地界——「狗與黑奴不許入內」——但

熱油油的太陽，陰涼的池水，他終於忍不住

跟着大家剝去衣服，撲通撲通地跳

入池中。泗過去了，正要上岸穿衣，不

知何時林中竟跑過來一個白女人，正巧

站在池畔。大寶猛想：不好，白人來了

，兩個黑小孩爬上岸來想搶衣服穿，兩

個剛冒出水，白女人驚叫起來。大寶

雖說：太太，我們祇要穿衣裳來穿，那

女人仍是沒命地喊救。砰！砰！兩聲，

林中出來一個拿槍的白人。跑得慢的兩

個黑童已應聲而倒，一個死在地上，一

個撲通跌回池中。槍口現在對着大寶，

未及再放，三個人扭打在地上，兩個黑

童和一個白人。大寶搶槍過來。「這黑

奴狗東西！」白人罵着躍身上來。砰！

又是一聲。大寶開鎗打死了白人。接着

下去就是大寶和他的小黑伴亡命奔回家

，大寶的老實爸媽嚇得魂不附體。打死

了白人，這還了得。大寶若不逃走，全

家都有性命之憂。當晚大寶就跑到公路

旁野地一個土坑裏躲着，預備天亮搭一

部黑朋友的運貨汽車，逃往北方。那一

夜大寶也不知吃了多少苦，受了多少驚

恐。親眼看見一村的白人，男男女女，把他的黑童伴抓到，拖到野外先打個半死，再把「黑奴」滿身塗上柏油，擲上糞毛，最後放一把火活活燒死。天高後，大寶躲在那個朋友的卡車，就此離家。

這段故事，用一件最小的事情充分

地表明一個黑人的生活是怎樣的無保障

。天外飛來的橫禍，如同一片烏雲，把

大寶那充滿着歡笑的一天，立刻變成漆

黑的地獄——一切都是因為一個神經過

敏的白女人胡亂噓叫一聲！那個白女人

是錯疑這班赤身裸體的黑小孩對她將有

非禮的舉動。美國南方凡是有黑人強奸

白女，或黑人傷害白人的一類事件發生

，傳統的懲戒辦法，就是這篇小說中所

描寫的「凌遲處死」(Lynching)

美國是有名的法制國家，犯人非經審

判，不得定罪刑，但是這種人權的保障

往往不及於南方的黑人。(未完)

寄給抗戰前線的 討論和平運動的

墨虹

你到昆明去了，這是從我哥哥由你姊姊的地方傳來的。但那時我不知道你是被行裡調遣去的，我以為你是自己設法了一筆旅費，毅然地脫離淪陷而到這像耶路撒冷一般的聖地去進行你志願上所欲做的工作了。

一年多沒有收到你的信，今天竟讀到了，好像看見了你的面一樣歡欣。你說生活還像過去一般的過得平凡，但以後的是否能發揮你自己的生命力，那完全在你的意志力的如何了。雖然你沒有脫離淪陷，但不脫離淪陷，事情就不能做了嗎？這只是掩飾而已，也許我們可以這樣說！正可以做一個我們作戰的根據地呢！

昆明，你是有很多的朋友的，彼此志願上都是具有一致傾向的朋友，聯繫在一起，那末對於工作將是更緊張，更熱烈，更富有蓬勃的生氣了。

昆明，有人說是英美勢力控制下的地方，有人說是真正的中國，因為那裡有着一顆忠誠赤熱的心的。但是可惜他們很多被抗戰毒素所麻醉了的，墨虹！你在那里，呼吸着在激烈抗戰中的一種混濁空氣，在這樣環境中，你是會把自己鍛鍊成一個鐵的戰士吧！願你成功！

上段，我為什麼特地說出昆明是真正的中國人呢？因為今日的昆明，這完全是蔣政權的勢力範圍管轄之下，和平運動的志士，在昆明還是很少的，而促進和運主力的日本同志，當然是更少了。有很多被抗戰理論所麻醉了的同胞們，他們總是口口聲聲說着和平區域的所以「反戰」，完全是因為日本人在進行一種奴化政策所獲得的結果。其實，那也不遽然的。根本的問題，還是能否把握住民心，如果國民大眾的傾向，完全在於抗戰的一方面的話，那末你和他鼓吹和平，那還不是對牛彈琴無補於事嗎？反之和平運動，有其正確的理论作基礎，而其最初的出發點，又完全是以拯救被戰爭所蹂躪的災民，恢復戰後所摧殘的一切，努力謀求人民大眾的幸福，並以建設大東亞共榮圈，進而求取整個世界和平基礎的奠定……這樣偉大的和平運動，其本身力量的健全，是任何惡勢力所不可摧折的，最近雖有不少的和平平戰派的組成，從各方面破壞和平運動的進行，譬如上海槍殺事件的層出不窮，就是其中的一點，可是「野草燒不盡，春風吹又生」，革命的種子，早

： 人 友 的 明 昆

— 白 也 黃 — 信 開 公 封 —

已預先散佈，你如要用卑鄙手段，是無法獲得勝利的，

反而激動起來死者的熱血雄心，繼承着犧牲者的遺志，奮勇邁進！

你現在初次到

那邊，自然會使你發生不良的印象，看到這樣抗戰經年

以來底滿目淒涼的

昆明，各方面都會

使你感到灰心的。

譬如民生的疾苦，

物價昂貴，苛捐雜

稅的疊牀架屋以及

獨裁政策的侵害人

民權益等等，都是

我們人民所反對的

。現在你到了昆明的地方，該把這一羣反對當局的人民喚醒起來，使他們共同認和平運動的真理，集合全民的力量，來打破腐敗政治所組成的蔣政府。

現在，和平運動的陣營，是一天天的堅強，一天天的充實起來了，華中，華南，華北的三個區域底普及不要說，就是雲南四川等，也已經深入內地了。

由於汪主席倡導和平運動的努力，和平運動實在是早已深深地鐫刻在每一個熱忱于祖國的國民的心坎中了。

昆明，也可以說是身受到抵抗之害的一個地方，你到了那邊，一定可以明瞭住在那裡的人們，是多麼痛恨的在埋怨着「抗戰到底」的失策，以及蔣介石的昏庸，抗戰在現在早已失去了本來「拯救中國」的意義，而作了為美國防衛的最前綫底被人利用的作戰了，英國更是希望着中國能將和日本死拚到底，使其可以緩和在歐戰中失敗的危機，一

方面亦藉此可消耗日本對白種人壓迫各種人的抵抗力。

蔣政權根本是在走着一條死的路線，被他人的利用，不備把自己力量在向着為別人的爭取利益而輸送，並且把全國的人民亦驅到戰爭的路線上去，他只有曉得為英，美，蘇聯作走狗的利益，而忘掉對民衆負責保衛國土與主權的責任

因着國際局勢的演進，世界各民族已經到了非組成一種利害共濟的經濟集團體制就不足以生存的一個階段了，我們中國，地處東亞，亦有與同種同文的國家相互緊密聯繫一致，對外以求獨立自由生存，不受任何外力的威脅，共同組成一堅強的集團的必要。而日本就成為我們迫切需要中的對象了，在日本早有着近衛首相的聲明，那是就日華的提攜合作來說的，在近衛首相的聲明中，曾謂：「關於日華關係，日本固非欲在中國實行經濟上之獨佔，亦非欲要求中

國限制第三國之利益，而僅欲要求日華之提攜合作，以期收獲實效。」這樣的經濟提攜，實在可說是中日兩國之福，在主權獨立利益均沾的合作原則之下，與帝國主義對殖民地所施行之經濟侵略，是截然不同的。

處理中日兩國的事變，是一件嚴重而又必須審慎的大事，但如果世界舊體制沒有崩潰，英美二國的白種人勢力，還沒有從東亞的領域退出的話，那末這事變前途還是無法解決而我們引為悲觀的，所謂解決事變的第一條件，就是必須建設以國防生產為中心的自足自給經濟，在東亞有了生產資源足以自給的強力經濟集團組成之後，歐美勢力會自然的趨於淘汰之途的。

「中國為日本，日本為中國，」記得這句話是 主席倡導和平運動初期的標榜語，在這一關係中，中日兩國其同方力於東亞聯盟運動的發展，彼此是

完全利害相同生死與共的，只要有這樣的精神，盡力以赴，相信不久的將來，和平運動就能够達到最初的拯救整個東亞民族的解放運動底目的了。

關於中日軍事同盟的一點，日本近衛公也曾說過這樣的話：「和平之後，願為中國打算，且為東亞打算，努力反共。日本所期望於中國的，絕非藉以控制中國的軍事，惟欲求中國充實防共的力量，使日本無兼顧之憂而已，此在華北沿綫，至為迫切，日本之意亦非欲陷中國於對俄戰事，反之，正恐中國為共產國際勢力所乘，以致戰禍重起，故不能不相與協力，為之預防。」汪主席亦有發表關於此項軍事同盟的意見，完全是與近衛首相的主旨相一致的。因為中日兩國的聯繫，在今日已經造成了不可或分的關係，在軍事上取攻守一致的合作，自然有其迫切的必要性的。主席

的聲明略謂：「中國與日本，外交方針

一致，彼此之間，既不會有衝突，更可以攜手共進，以應付瞬息萬變錯綜複雜的國際局勢。對於其他國家，要聯合那個，便兩個國家一起為之為友，要對抗那個，便兩個國家一起與之為敵，只有這樣，纔可以奠定東亞之永久和平，只有這樣纔可以謀大亞洲主義之實現。」

以上是中日兩國當局代表對於在國際局勢激劇動盪下，中日兩國應一致站在共同戰線以應付世變的意見，換句話說，也就是兩國政府對當前局勢所取之對策，我們讀了這些寶貴而又有價值之聲明，不禁由衷地感覺到今日中國人民對於認和平的真義的，雖然是已佔了大多數，但尚有一小部份認識不足的同胞們竟為重慶政府的空言「抗戰必勝建國必成」的謬語所眩惑，而在抗日反日等旗幟下，願意抱着必死的信念，為殺盡本國的友邦軍人的意願，而被友邦軍隊炮火射擊所死傷了，這樣無意義

的犧牲，真是多麼可惜多麼遺憾的一件痛心事啊！

這實在是中國的不幸，也就是整個東亞的不幸，墨虹：你在這抗戰前綫的昆明，應該設法去作宣揚和平運動真理的工作，這樣神聖的使命擔負起來，才是新中國有志的青年。要知道只有整個東亞秩序的安定奠定以後，我們才有脫離歐美帝國主義壓迫勢力的羈絆，才有揚眉吐氣的一日。

但是，無疑的，在昆明是埋伏着不少陷害進行和平運動工作同志的奸細，這一點，你是應該審慎從事的，以上海暗殺黨的密佈，可以想見昆明情形的一

斑了，你必須在一個真正的中國領土上，在這一真正的中國人集結着的地方

，努力將和運的理論，灌輸入他們的腦際，使他們認識當前的局勢，確有投入和平運動的陣營來的需要，那末才能够以全民的力量，來爭取和運的勝利，到這時候，由於我們對和平運動的努力，全部的人民都傾向于和運了，重慶政權就將不攻自倒。

最後，願你為國珍重，小心從事以免被一羣昏庸老朽的抗戰政權當局所陷害，專此，敬致東亞民族解放的敬禮！

你的同志 黃也白六月七日

生理
研究

科學的護目法

(續)

平雲

不論是過強或是過弱的光綫，對於我們的眼睛衛生上說起來，都是有害的，過強的光綫對於眼睛的傷害，已如上

述至於過弱的光綫，使我們眼睛在不充足的份的光綫中使用目力，因為視神經的勞働過甚，結果會使身體的精力，受極大

的虧耗。

很多的父母們，都可以注意到當兒童入學以後，忽然患起近視症來了，這時，父母就須特別的加意留心及早去糾正兒童們看書的時候，眼睛和書面距離過近的惡習，因為這樣，就很會使兒童目力減退的，還有，在不充足的光線下，使用眼力，也是造成近視的原因，父母們應該趁兒童們幼小的時候，快些告訴他們以護目的常識。免得將來隨時隨地都要套上一副眼鏡的麻煩。

兒童們的眼睛，必需每年去給他在醫院中，專門的眼科醫生施行檢查，有很多對功課馬虎，考試成績低劣的學生，都是為了視官不健全的緣故，如果忽略了這一點，那末父母不是就葬送了孩子們一生的前途了嗎？

閃光的傷害眼睛，是被一般人們所忽略的，其實閃光雖然是短時期性的，為害却相當的大，它不但有損目力，並

且會使眼部神經的突然緊張，造成一種很利害的眼病，閃爍是隨時隨地都會發生的，（尤其是在夏天雷雨的時候，為數比較頻繁）有時突然其來，簡直無法去避免，可是在室內工作者，是能夠把本身的視線加以控制的，至於在室外的，遇到閃光時，總以不使這反射光芒不入眼球為妙。

很多人以為使用燈罩，是能夠藉反射作用而把燈光集中在一處的，使目光得以保護，但其實這是錯誤的觀念，因為單獨使用集中光線是有害無益的；當集中燈光之外，必須再加上其他的輔助燈光，才能够使目力無損。譬如在室內讀書或工作的時候，以適度的燈光照亮目的物，固然是很重要，但同時室內的他處，也應該有適宜的光度。有很多人總喜歡把燈光集中在書面上，弄得滿屋漆黑，他以為只有這樣，纔能够使眼睛舒適，實際上却是相反，對於眼睛有很

大的妨礙的。那麼怎樣才是合理的呢？最理想的燈光配置，是使目的物上的光度和室內他處的光度，成四與一之比。譬如當你讀書時，書面上的光度，是二十燈光，室內他處就應該有五十燈光的高度，這個比例，是經過眼科專家百次以上的試驗，公認為最適宜於視覺的度數。

也有許多人，為了使室內光度美觀起見，往往在燈罩上裝置紅色玻璃紙，使發出來的光芒變成紅色，把房間內的一切，都塗上了一層色彩，也有的使燈光發出綠色，也有的使燈光發出黃色……如果你走到跳舞場裏，就會發現種種五色繽紛的燈光，這只能夠短時期性的，使眼睛掉換一下胃口而已，所謂「賞心悅目」就是，要是時間過長，不但有傷眼神經，並且會使你變成色盲的。

最適宜的燈光顏色，莫過於與太陽光相近的一種顏色了。因為這是最合自

然的，對於我們人類的視覺也很適合。最後一點，就是小心服侍我們的眼睛，不要使他長時間的工作了，如果過久的使用眼力，會使你整個身體引起疲勞的時候，因隔一相當時期，抬起頭來眺望遠處，使眼睛有一個機會，去舒展一下牠因工作而以致緊張了的肌肉。

我們對於上面這幾點科學護目法，應該加以實行，不要有意去犯規了，只有眼力健全的人，才能够去應付現代日趨繁重的工作，負起新青年在新時代下應盡的神聖的責任。

本期目錄

強化「善鄰教育」的重要性……陳正儒
東亞聯盟與——

青年應有的認識和努力……俊之
美國人如何虐待黑奴……子旭
寄給在抗戰前線的昆明的友人——

討論和平運動的一封公開信……黃也白

科學的護目法……平雲